

期間限定☆今だけのお得情報が満載!  
“変身”大応援スペシャル号

別冊付録  
通信講座  
スペシャル  
BOOK

February, 2009  
毎月25日発行

首都圏版

2  
特別定価  
¥100

30代以降も  
活躍できる  
お仕事  
BOOK

超・保存版  
特別付録



Special★Interview  
杏、知花くらら、熊川

“スロー・ストイック”な生き

# おケイコ美人

楽しむ私が見えるスクール情報マガジン

奈川・横浜  
リア特集

アンジー、ミーシャ・バートン…  
で「セレブボディ」  
す体型別★おケイコ12

女性限定  
ゴルフ ベビー  
マッサージ etc.

集部員が狙ってる  
“Just Go”レッスン

検から始めた  
変身ストーリー  
コンスキル編  
DTP編

2009年こそ、恋も仕事も

# 「本命」の女 になる!

資格で年収UP、体重-12kg、一生モノの専門職をget!...etc.

おケイコ美人56人の  
「コレが効きました♪」大公開!

の注目分野  
ーツから今旬ダンスまで  
ス&  
ピーツ  
ライブートも変わる  
ル・メイク  
…etc.

平成21年1月25日発行(毎月1回25日発行)第20巻第2号  
本誌の掲載内容が事実と異なる場合は読者カットワイ 0120・30

RECRUIT

# World おケイコ News!!

[vol.3]

“おケイコ先進国”から到着した、最新のおケイコ情報を

紹介するコーナーです。これから日本でもブームになる!?

取材/Tomoko Delgado 撮影/Reina Senga 文/おおた ゆうこ  
イラスト/matya D/PLANETS



## London ロンドン

女心とロンドンの空。くるくる変わる空模様と上手に付き合うロンドンナーたちは、毎日を快適にリラックスして過ごすための術もしっかり身につけているよう...



長く寒い冬をアクティブな社交ダンスで楽しく過ごす

イギリスの各自治体にはアダルな学校があり、フラワーアレンジメント感覚で気軽に学べるものからといった本格的なクラス、資格で、さまざまなコースを手頃な。最近の人気は、ビーズやジグソーパズル製作、材料もみんな趣味として自分のペースで気軽に楽しんでいるみたい。また、毎年冬のこの時期は人気テレビ番組の影響か、社交ダンスクラスが、男女、世代を問わず大人気。評判のダンスクラスは予約を取るの難しいほど。長く寒いイギリスの冬を、楽しく踊って乗り切る人が増えています!

## ストレスの多いロンドンでの都会生活。心身ともにリラックスできる“癒し系おケイコ”に注目が!

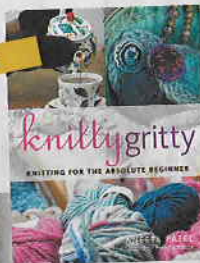
### ニットイング

雑誌の特集は当たり前。猫も杓子も「編み物」です。

イギリスにニットイングブームが再来。幅広い年代で人気のおケイコになっています。特徴的なのは、男女問わず人気があること。テレビに登場するカリスマニットイングデザイナーも若い男性だったりするのです! このブームによって新たにニットイングを始める人も増えています。イギリス国内にはたくさんのニットイングサークルがあり、情報交換したり、教えあったりしながら楽しむ形式のクラスが人気。

### book

先生が10月に出版したニットイングの本は、地元紙でも取り上げられ、かなり話題に



## Knitting



teacher

フレンドリーなアニータ先生。ニットイングの知識が豊富で、生徒さんの希望とレベルに応じて、作りたい作品を丁寧に教えてくれる

### class mate

クラスは和やかな雰囲気でおしゃべりを楽しみながら、それぞれの作品に取り掛かる



### Worldマナビエンスに参りました!



サマンサ・ベルさん

Q. レッスンではどんなことを習うの?

基本的な編み方から、ステッチパターン、編み目の読み方など初心者にも必要なことは全て。ぶっちゃけ、私にも我慢強く丁寧に教えてくれるから安心よ。

Q. ニットイングを習い始めたきっかけは?

いここに勧められたのが大きいわ。それに、ストレスのある仕事とは全く違うクリエイティブなことをプライベートでやれたかったの。気分転換にぴったりよ。

Q. ニットイングクラスのお気に入りのところは?

少人数制でアットホームな雰囲気のところ。それに先生がすごくよくって。家で練習していてもわからないことがあったら、いつでも電話で質問ができるの。



## スキルとリラックス効果両方ゲットで不況に勝つ

ストレスの多い現代人の生活は大都市特に長い時間を通勤に費やすといわれて、日々の疲れは相当なもの! 短時間のマッサージパーラー形式のサロンも市んな中、マッサージ&リラクゼーション急上昇。プロのセラピストとしても通用や基本的なビジネススキルも学べる実用



school

学ぶための全てが揃うカレッジ。ここで理論と実技、ビジネススキルをバランスよく学んでいく



キャザリン・ボニフェスさん

Q. インディアンヘッドマッサージを習い始めたきっかけは?

ホリスティックマッサージのコースを去年修了して、さらなるマッサージ技術の習得を目指して。万一仕事を失った時(笑)に備えて、資格やスキルは強みになるから。

Q. 1時間の実技の授業は?

習ったことと実践のギャップを自分で体験して、さらに実践的なスキルを身につけることが出来る。